



Miguel Ángel Mañas vierte sus experiencias en el libro 'Plan estratégico personal'

Aporta un repertorio de técnicas y habilidades para que cualquier individuo logre asegurar el objetivo de vida que se haya propuesto

:: I-F. A

ALMERÍA. «Aquel que tiene un porqué para vivir se puede enfrentar a todo los cósmos». El psicólogo y director del Departamento de Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad de Almería, Miguel Ángel Mañas (Sorbas) abre con esa frase de Friedrich Nietzsche su última obra, 'Plan estratégico personal', que acaba de presentar bajo el trabajo de Ediciones Pirámide (Grupo Anaya, S. A.), que lo ha lanzado como «obra indispensable para conocer cómo se deben abordar diversas situaciones cotidianas para alcanzar un exitoso desarrollo personal y social».

«El plan estratégico personal parte del individuo, 'per sé', por sí mismo, donde el individuo resulta que puede mejorar en base a un análisis personal que puede hacer de sí mismo, donde se ven los aspectos positivos y los aspectos negativos, y sobre los aspectos negativos el libro ofrece un repertorio de técnicas y habilidades para que el individuo que tenga una situación deficitaria pueda estudiar, pueda aprender y pueda desarrollarse», ha resumido el propio autor su obra.

Divulgación

De una naturaleza evidente y claramente divulgativa, por encima de cualquier de las tendencias que puedan adoptar los denominados libros de autoayuda, 'Plan estraté-



El psicólogo Miguel Ángel Mañas, en la presentación del libro, y portada de la publicación. :: IDEAL

gico personal' intenta que el lector, la persona que se acerque a sus páginas, reflexione sobre ciertos aspectos como el autoconocimiento, la interacción con los demás o la comprensión del sistema social, según se recoge en la presentación. Y siempre sobre la base de contar con un plan estratégico personal, que es la expresión que utiliza el psicólogo para denominar el proyecto de vida que cualquier persona tiene que formularse en función de sus objetivos y que además tiene que plantearse como «un hacerse» y no como algo «hecho».

Junto a esa naturaleza divulgativa -o de forma paralela-, el libro podría considerarse una publicación interactiva, aunque se limite al soporte de papel, o cuando me-



nos participativa por parte del lector debido a la aportación de técnicas recogidas en diversas tablas, algunas en modelo de test, que con toda seguridad cuentan con el aval de las experiencias que Miguel Ángel Mañas ha obtenido en el desempeño de su profesión tanto en el ámbito clínico como en su faceta educativa.